SADDHARMA

Tijdschrift over boeddhisme		September 1987



In dit nummer:

SADDHARMA- de Goede Leer - is het orgaan van de Stichting Vrienden van het Boeddhisme. Het blad verschijnt viermaal per jaar.
Losse nummers: *f*. 3,--.

Redactie: I. den Boer, Storm van 's-Gravesandeweg 75, 2242 JD Wassenaar, dr. R.H.C. Janssen, Nico Tydeman, dr. H.F. de Wit.

De Stichting Vrienden van het Boeddhisme is sinds 15 december 1978 de voortzetting van de Stichting Nederlands Boeddhistisch Centrum die werd opgericht op 8 november 1967. De stichting is:

- een ontmoetingsplaats voor alle vrienden van het boeddhisme;
- niet gebonden aan een boeddhistische school of groepering; de verschillende richtingen die het boeddhisme kent, komen in haar publikaties en op haar bijeenkomsten aan het woord;
- geen religieus genootschap in de engere zin van het woord.

De Stichting Vrienden van het Boeddhisme wil diegenen verenigen - welke levensovertuiging of welk geloof zij ook aanhangen - die op enigerlei wijze belangstellen in het boeddhisme of zich daarbij betrokken voelen. Zij zijn als begunstigers van harte welkom.

Begunstigers ontvangen het tijdschrift Saddharma en brochures over onderwerpen die in het kader van het boeddhisme van belang zijn en die onder auspiciën van de stichting worden uitgegeven; zij hebben het recht deel te nemen aan de landelijke lente- en herfstbijeenkomsten.

Tevens wil de stichting, onder meer door het in stand houden van een bibliotheek, fungeren als documentatiecentrum over het boeddhisme ten behoeve van begunstigers en andere belangstellenden.

Secretariaat: W.J. Roscam Abbing, Eperweg 49-18, 8072 DA Nunspeet.

Mininum-donatie 1987: *f*. 30,--. (Echtpaar *f*. 40,--, stud. *f*. 20,--). Postgiro no. 1520022 t.n.v. penningmeester stichting Vrienden van het Boeddhisme, Nijmegen.

Brochures die nog verkrijgbaar zijn:
Grondbeginselen van het boeddhisme, door Tonny Kurpershoek-Scherft,
Natuurbehoud en milieubeheer: metta en karuna, door Victor Westhoff,
Inzicht en uizicht, twee opstellen over Zen, door Leo Boer,
Boeddhisme en psychologie, door Rob Janssen,
Oosterse meditatie en westerse psychotherapie, door Ada Herpst.
Prijs (incl. porto) *f*. 5,-- per exemplaar.

Tevens verkrijgbaar: het insigne 'Wiel van de Leer', met het woord Dharma, verguld.
Prijs (incl. porto) *f*. 17,50.

Bestellingen gelieve men te richten aan het secretariaat. Vermeldt s.v.p. duidelijk de titel van de gewenste brochure.

SADDHARMA

Jaargang 19, nr. 2 **September 1987**

REDACTIONEEL

MEDITATIE DICHTBIJ EN VERAF

Meditatie is het onderwerp van drie artikelen in dit nummer, meditatie dichtbij en veraf. In zijn bijdrage 'Meditatie en werkelijkheid' haalt Han de Wit de essentiële boeddhistische praktijk heel dichtbij. Hij beschouwt nauwkeurig de reacties die tijdens de meditatie kunnen opkomen, "op de vloedlijn van onze geest". De metafoor van het lopen op de vloedlijn langs het strand kan ons helpen, aldus de schrijver, om te begrijpen hoe wij in de meditatie met onze geest moeten omgaan. En hij merkt op hoe gelukkig het eigenlijk is om als dharma-beoefenaar in Nederland te zijn geboren, want hier hebben wij die eindeloze vloedlijn om ons telkens opnieuw te herinneren aan de juiste meditatie-beoefening.

Wie niettemin een tijdje in een echt boeddhistisch land, het dichtstbij gelegen land van dien aard, zou willen mediteren, kan concrete informatie opdoen uit het artikel van Eli Vroom, 'Mediteren op Sri Lanka'. Hij stelde ter plaatse vast dat de Sri-Lankaanse traditie is verdrongen door Birmaanse meditatie-technieken. Voor Westerlingen is het een inspirerende belevenis om in dit tropische land, dat is doordrenkt van het oude boeddhisme, de meditatie te beoefenen.

Maar voor meditatie volgens een Birmaanse traditie is de reis naar Sri Lanka niet nodig. Een reisje naar het oosten van ons land is voldoende. Matthijs Schouten vertelt over de traditie van de Birmaanse leraar Sayagyi U Ba Khin, die in Engeland en sinds kort ook in ons land, wordt voortgezet door Sayama. Zij geeft deze maand een cursus in Berg en Dal bij Nijmegen.

Na Zen en Tibetaanse meditatie-methoden lijkt ook de traditionele Theravada-techniek van meditatie-beoefening in Nederland geleidelijk vaste voet te krijgen. Zo zet de ontwikkeling van het boeddhisme in ons land zich voort.

In het overzichtsartikel 'Boeddhisme in Nederland' wordt een globaal beeld van deze ontwikkeling gegeven tot de Tweede Wereldoorlog. De ontwikkeling daarna zal worden geschetst in het volgende nummer van Saddharma.

• • •

BOEDDHISME IN NEDERLAND IN VOGELVLUCHT

door I. den Boer

Onderstaand artikel is het eerste deel van de bewerking van een lezing, gehouden op 6 juni 1987 op de Tiltenberg in Vogelenzang tijdens een studie-weekend onder auspiciën van de Stichting Vrienden van het Boeddhisme. Het tweede deel zal worden afgedrukt in het volgende nummer van Saddharma. Een uitgebreidere publikatie is in voorbereiding.

Voor het eerste boeddhistische verhaal in het Nederlands moeten wij teruggaan tot de Middeleeuwen. Philip van Utenbroeke nam in een vervolg op de destijds befaamde Spiegel Historiael van Jacob van Maerlant (1221/1235-ca. 1300) de geschiedenis van Barlaam en Joasaph, of Josaphat, op, niet wetend dat het verhaal een christelijke vermomming van de Boeddha-legende behelsde.

De Indische koning Abenner, een geducht vervolger van de christenen in zijn rijk, krijgt bij de geboorte van zijn zoon Joasaph van een sterrenwichelaar te horen dat de prins is voorbestemd om over te gaan naar het christendom.
Om deze ramp te voorkomen, zondert de koning hem af in een luxueus paleis, zodat de prins verre zal blijven van de narigheden van de wereld, het christendom inbegrepen. Ondanks alle voorzorgen krijgt zijn zoon mettertijd toch een zieke, een grijsaard en een dode te zien. Deze schokkende ervaringen maken de jongeman rijp voor de wervende woorden van de kluizenaar Barlaam, die als koopman vermomd tot de prins weet door te dringen. Barlaam bekeert Joasaph tot het christendom. Na de dood van zijn vader trekt de prins zelf als kluizenaar de woestijn in.

Dit verhaal is natuurlijk een christelijke versie van de geschiedenis van prins Siddhartha Gautama, de latere Boeddha. Van India uit was het verhaal in de loop der eeuwen verspreid over het hele Midden-Oosten en vertaald in het Middelperzisch, Syrisch, Arabisch, Georgisch, Ethiopisch, Hebreeuws en Grieks.
Philip van Utenbroeke ging voor de Middelnederlandse bewerking uit van de vorm waarin de Griekse kerkvader Johannes Damascenus het verhaal rond 700 op schrift had gesteld. De naam Joasaph of Josaphat is een verbastering van Bodhisattva, in het Arabisch Budasaph of Judasaph; de B en de J worden in het Arabisch bijna hetzelfde geschreven, Barlaam is een vervorming van Bȟagavant, Heer, een aanduiding van de Boeddha, in het Arabisch Balauhar.

De naam van de Boeddha, geschreven als Bouddha, duikt enkele eeuwen later in een Nederlands werk op dat de eerste vertaling van een Sanskriet-tekst bevat die ooit in Europa werd gepubliceerd. In 1651 verscheen in Leiden ''De Open-deure tot het Verborgen Heydendom'' door

Abraham Rogerius. De open deur gaf zicht op "het Leven ende Zeden; mitsgaders de Religie, ende Godsdienst der Bramines, op de Cust Choromandel".
Rogerius was een Nederlandse zendeling aan de Coromandelkust van India, de zuidoostkust van het subcontinent, in de jaren 1630-1647. Als zijn voornaamste informant en vertaler trad op "den Bramine Padmanaba", door wiens bemiddeling Rogerius twee verhalen van Bhartrhari, geschreven in het Sankskriet, kon vertalen. In één ervan wordt verteld "dat VVistnou, 't welck sy voor den oppersten Godt houden, thien-mael een Lichamelijcke gedaente aangenomen soude hebben, ende op dese benedenste Werelt ghekomen zijn". Die gedaanten zijn onder meer vis, schildpad, varken, alsmede half mens, half leeuw. "Ten neghenden is VVistnou verschenen onder den naam van *Bouddha*". Rogerius kan over deze gedaande verder niets zeggen, schrijft hij, want hij heeft nooit begrepen wat deze verschijning inhield en hij heeft het ook niet onderzocht. Ter verontschuldiging voegt de schrijver eraan toe dat hij er niet op had gerekend, dat vrienden hem na zijn terugkeer in Nederland zouden hebben "aengheport" om zijn ervaringen aan de Coromandelkust op te schrijven.

Burnouf

De studie van het boeddhisme begint in Europa in de jaren twintig van de vorige eeuw. De reisbeschrijvingen van Marco Polo (ca. 1254-1324), waarin de legende van de Boeddha wordt verteld en de cultus van boeddhistische reliquieën wordt beschreven, verdienen niet het predikaat wetenschappelijk.
In 1826 verschijnt "Essai sur le Pali" van Burnouf en Lassen, het prille begin van de studie van het oude boeddhisme. Een jaar of tien later stuurt de Brit Hodgson uit Nepal een groot aantal Sanskriet-teksten naar relaties in Londen en Parijs. De teksten behelzen Mahayana-sutra's die een nieuw licht werpen op het boeddhisme en het terrein van studie enorm uitbreiden.

Mede op grond van deze teksten publiceert Eugène Burnouf dan in 1844 zijn "Introduction à l'histoire du Bouddhisme indien", dat wordt beschouwd als de basis voor de wetenschappelijke bestudering van het boeddhisme in het Westen. Acht jaar later verschijnt zijn (Franse) vertaling van de Saddharmapundarikasutra, de Lotus van de Goede Leer. En een jaar daarna ziet de eerste algemene inleiding in het boeddhisme, bestemd voor een breder publiek dan dat van de specialisten, het licht: "Manual of Buddhism" door R. Spence-Hardy. De studies over de twee hoofdstromingen van het boeddhisme, Hinayana en Mahayana, worden in 1860 aangevuld met een studie over het Tibetaanse boeddhisme. De Rus Wassilief publiceert dan "Der Buddhismus", gebaseerd op documenten die dertig jaar tevoren in Tibet waren verzameld door de Hon-

gaarse ontdekkingsreiziger Csoma de Körös.

Intussen was ook in Azië zelf de studie van het Pali-boeddhisme door westerlingen op gang gekomen. De Britse archeoloog James Prinsep deed in de jaren dertig van de vorige eeuw in India pogingen om inscripties te ontcijferen en de teksten op oude munten te vertalen.
Hij werd daarbij geholpen door George Turnour, hoofd van de Ceylon Civil Service, een studieus man die Prinsep allerlei nuttige informatie kon verstrekken uit Ceylonese historische documenten. Dit leidde tot de publikatie van een serie artikelen over Pali-teksten door Turnour in het bulletin van de Calcutta Asiatic Society en in 1837 kwam hij met een complete editie van de Mahavamsa, de Grote Kroniek van Ceylon, met een Engelse vertaling en een inleiding.

Na zijn overlijden bleef de ontginning van het terrein van het Pali-boeddhisme rusten tot Victor Fausböll, later hoogleraar Sanskriet aan de universiteit van Kopenhagen, het werk van Turnour ging voortzetten. In 1855 gaf hij de tekst van de Dhammapada uit, een soort bloemlezing uit de Pali-canon in 423 verzen, met een Latijnse vertaling en uittreksels van Pali-commentaren op de tekst.
Een hechte grondslag voor de verdere studie van het Pali-boeddhisme werd betrekkelijk kort daarna gelegd toen R.C. Childers een Dictionary of the Pali Language in twee delen publiceerde, resp. in 1870 en 1873, en T.W. Rhys Davids in 1881 de Pali Text Soceity oprichtte "to foster and promote the study of Pali texts".

Kern

In Nederland kwam de studie van het boeddhisme pas goed van de grond nadat in 1865 aan de universiteit van Leiden een leerstoel Sanskriet was opgericht. De eerste hoogleraar was de vermaarde Hendrik Kern (1833-1917). Kern, naar wie het Indologisch instituut van de Rijksuniversiteit Leiden is vernoemd, was een zeer vruchtbaar, erudiet en levendig geleerde en schrijver, die internationale faam oogstte. Hij pakte de studie van het boeddhisme stevig aan. Zijn studie "Geschiedenis van het Buddhisme in Indië" (d.w.z. het toenmalige Brits-Indië), waarvan de twee delen verschenen in resp. 1882 en 1884, telde ruim 900 pagina's. In 1896 volgde een "Manual of Indian Buddhism".

De kijk van Kern op het boeddhisme kan heden ten dage verbazing wekken. Hij week sterk af van de visie van Burnouf, de grondlegger van de wetenschappelijke studie van het boeddhisme. De Fransman had in zijn eerdergenoemde "Introduction à l'histoire du Bouddhisme indien" van 1844 de toen beschikbare teksten al ingedeeld in drie groepen, overeenkomstig de "Voertuigen", en geconcludeerd: 1) in het boeddhisme overheerst de praktische moraal, 2) de Boeddha was tijdens zijn leven zelfs voor zijn vurigste volgelingen slechts een mens, dus geen bovennatuurlijk wezen. Maar Burnoufs landgenoot Senart zag in zijn "Essai sur la

légende du Buddha" van 1875 de teksten over het leven van Boeddha als de geschiedenis van een zonneheros: "Als een lichtgod daalt de Buddha neer in de wolkenschoot van zijn moeder, de na zijn geboorte omkomt door de gloed van zijn stralen".
Kern gaat zeven jaar later nog een stap verder. Zelfs de prediking van de Boeddha wordt een manifestatie van de zonnegod.

"De eerste preek valt op den dag van middenzomer en de Buddha mocht dus, naar alle regelen der mythologie, over niets anders preken dan over den tekst die de natuur hem aanbood: hij beval den middelweg aan. Zelden is de gulden middelweg op onbeduidender wijze aangeprezen, voorzeker, maar die aanbeveling van een algemeen aanvaard, lofwaardig beginsel was dan ook niet de hoofdzaak". Nee, de hoofdzaak lag in de vier waarheden der geneesmeesters, de "dokterswaarheden" zoals Kern ze enigszins geringschattend noemt. De geneesheer 1) constateert de ziekte, 2) erkent de oorzaak ervan, bestaande in smetstoffen , kwade sappen, asrawa's, of zoals de Grieken zeggen rheumata; 3) hij beseft dat deze moeten worden onderdrukt, uit de weg geruimd worden, 4) gaat over te dien einde tot de middelen, medische of chirurgische. Kern trok zelfs het bestaan van de Boeddha in twijfel, menend dat "de Buddha der sage een mythologisch beeld is, hetwelk niet meer de trekken draagt van den historischen stichter der secte, zoo deze al bestaan mocht hebben". Overigens had H. Oldenburg in zijn nog steeds zeer lezenswaardige "Buddha, sein Leben, seine Lehre, seine Gemeinde" van 1881 al korte metten gemaakt met de mythologische benadering van Senart c.s. Hij verwijt Senart teksten te gebruiken uit een tijd waarin de herinnering aan de Boeddha was overwoekerd door legendarische en mythologische elementen, en hij beval aan zich in de eerste plaats te baseren op de Pali-teksten en daaruit de onhistorische elementen te elimineren. Toen G. Mannoury in 1907 voor de Wereldbibliotheek (Maatschappij voor goede en goedkope lectuur) onder de titel "Het Boeddhisme" een bewerking van Kerns "Manual" publiceerde (onder toezicht van Kern zelf), schreef hij in het voorwoord: "De lezer stelle zich niet te spoedig en te angstvallig de vraag, in hoeverre dat alles nu werkelijk werd of wordt geloofd, in hoeverre het letterlijk of symbolisch is op te vatten, en in hoeverre het een historischen grondslag heeft". En Mannoury verwijst naar de Indische gedachtensfeer waarin, zo zegt hij, onderscheid wordt gemaakt tussen een lagere en een hogere wijsheid, een tijdelijke en een eeuwige waarheid.

Blavatsky

Dit onderscheid tussen diverse vormen van wijsheid kwam op intrigerende wijze tot bloei in een beweging die in het laatste kwart van de vorige eeuw en in onze eeuw ongeveer tot de Tweede Wereldoorlog het

boeddhisme in het Westen een eigenaardige kleur gaf, die nog niet helemaal is afgesleten.

In de theosofische beweging, gegrondvest door H.P. Blavatsky (-Hahn), raakte het boeddhisme vereenzelvigd met de mystieke opvattingen van "H.P.B.", naar haar zeggen ingefluisterd door geheimzinnige spirituele meesters die zich schuilhielden op het Dak van de Wereld, het moeilijk toegankelijke hooggebergte van Tibet. De theosofie heeft een grote stoot gegeven aan de belangstelling voor het boeddhisme in brede kring, maar tegelijkertijd veel zweverige en onjuiste ideeën over "het" boeddhisme verspreid. Een tijdlang leek het boeddhisme in het Westen zelfs geannexeerd door volgelingen van Blavatsky. Dat is echter verleden tijd.

De avontuurlijke Helena Petrovna Blavatsky (1831-1891), van Russisch-Meckelenburgse afstamming, maakte vele reizen, vooral naar Tibet waar zij uiteraard in concact kwam met boeddhistische priesters. De occult begaafde Blavatsky verwerkte haar indrukken van de leer der Tibetaanse lama's op een zeer persoonlijke en aansprekende manier. Zij werd de geestelijk leidster van de Theosofische Vereniging die zij in 1875 samen met o.a. H.S. Olcott en W.Q. Judge in New York oprichtte. In 1882 verplaatsten zij en Olcott het hoofdkwartier van de vereniging nar Adyar (Madras) in India.

Nadat zij in Europa was teruggekeerd schreef Blavatsky haar hoofdwerk, "The Secret Doctrine" (1885-1889), dat grote bekendheid verwierf en in vele talen werd vertaald.

Van het begin van de vereniging af was de hoofddoelstelling: een onbevooroordeelde, godsdienstig niet gebonden vergelijkende studie van verschillende religie-vormen en -gedachten, waaraan één oorspronkelijk stel waarden ten grondslag zou liggen. Deze basis is "geheim" ("esoterisch" was een geliefd woord in de kringen van Blavatsky), omdat een onvoorbereid lezer of toehoorder die basis volkomen onbegrijpelijk zal vinden, dus niet omdat erover principieel geheimzinnigheid moet worden betracht. De vergelijkende studie werd echter door de overheersende persoonlijkheid van de geestelijk leidster der vereniging volstrekt naar de achtergrond gedrongen.

In "The Secret Doctrine" stelt Blavatsky dat "geest" en "stof" - in haar tijd gebruikelijke woorden voor de twee elementen die als de vormende krachten in mens en natuur werden beschouwd - beide begoocheling zijn, een essentiële opvatting in het boeddhisme. Maar hoe boeddhistisch de Tibetaanse bronnen van Blavatsky waren, is onduidelijk. In haar tijd bestond er in Tibet een groep kluizenaars, Khe-lans genoemd, volgens Blavatsky goeroe's, mahatma's of 'Masters', blijkbaar uit India afkomstige hindoe's die tijdelijk bij Tibetaanse lama's verbleven. In 1975 betoogde H.J. Spierenburg in een artikel "De zeven menselijke beginselen in het werk van H.P. Blavatsky en het Tibetaanse boeddhisme" dat "het boek Kiu-te" waarop H.P.B. zich herhaaldelijk beriep, niet

anders is dan : teksten over Tantra (Kiu-te = rGuyd-sde, beide met de uitspraak Kjuute), dus Tibetaanse boeddhistische teksten.

De theosofische voorman H.S. Olcott, een uitermate energieke kolonel b.d., stelde een "Boeddhistische Catechismus" samen, die blijkens de voorrede van een Nederlandse uitgave uit ongeveer 1906 toen al in meer dan twintig talen was gepubliceerd, waaronder het Singhalees, zodat het werkje ook op scholen op Ceylon kon worden gebruikt. (De Theosofische Vereniging had daar volgens die voorrede meer dan honderd boeddhistische scholen geopend). De catechismus werd aanbevolen door de "Hoogepriester van Sripada en Galle, President van den Vidyodaya Parivena", H. Sumangala, verklarende dat de boeddhistische leer er zuiver in werd weergegeven.

Vraag 322 en het antwoord geven een aardig beeld van de verspreiding van het boedhisme in die tijd.

"Zijn er bewijzen, dat het Buddha Dharma ook in niet-Boedhistische landen in aanzien stijgt?

"Zeer zeker. Vertalingen van onze beste boeken verschijnen, artikelen daarover worden opgenomen in tijdschriften, dag- en weekbladen en uitstekende verhandelingen van de beroemdste schrijvers komen van de pers. Bovendien houden Boedhistische en niet-Boedhistische docenten in Westelijke landen lezingen over het Boedhisme voor een talrijk publiek". (Boeddhisme werd in de vernederlandsing van de catechismus steeds met één d geschreven).

In deze tijd verscheen ook het invloedrijke werk van Paul Carus, "Het evangelie van de Boeddha", met vertalingen van boeddhistische teksten die een uitstekend beeld van het oude (Theravada-)boeddhisme geven. Felix Ortt vertaalde het boek in 1905 in het Nederlands naar de toen al zevende Amerikaanse uitgave; het beleefde vele herdrukken en is ook nu nog in de boekhandel verkrijgbaar.

Hoe levendig indertijd met de boeddhistische teksten werd omgegaan, blijkt wel uit de verwijzingstabel achterin het boek. Daar worden naast de boeddhistische bronnen vergelijkbare plaatsen in de Bijbel vermeld. En in zijn Voorrede geeft Carus een uitvoerige vergelijking van boeddhisme en christendom. Grote opgang maakte ook de Nederlandse vertaling van "Het Licht van Azië", de dichterlijke beschrijving van het leven en de leer van de Boeddha door Edwin Arnold, vertaald door dr. H.U. Meyboom. In 1910 was het werkje al aan de vijfde druk toe.

Van Nederlandse auteurs verscheen rond de eeuwwisseling ook menig boek over het boeddhisme, bijvoorbeeld "Het boeddhisme en zijn wereldbeschouwing" van C.J. Wijnaendts Francken (1897) en "Boeddhisme en Christendom" van H. Bouwman (1906). Opmerkelijk is een vertaling van een boeddhistische catechismus, bestemd voor onderricht aan Singhalese en Birmaanse kinderen, "De leer van de Boeddha naar de heilige boeken van het zuidelijke Boeddhisme voor Europeanen

bewerkt'' door Subhádra Bickshoe, in het Nederlands vertaald (uit het Duits) door Mr. S. van Houten (1889).
De vertaler motiveerde in de voorrede zijn arbeid aldus: ''Tot de vertaling (...) ben ik bewogen door de overtuiging, dat de verspreiding daarvan een moeilijk en belangrijk vraagstuk oplost, n.l. op welke wijze het mogelijk is, voor de theologische africhting van ons volk eene wijsgerige vorming in de plaats te stellen. De oplossing van dit vraagstuk ligt, naar het mij voorkomt, in het aanleeren van eene tweede godsdienstleer nevens de voorvaderlijke''.
Als leerstof gaf hij het boeddhisme een goede kans, als religie helemaal niet. ''Wie niet nadenkt blijft natuurlijk bij de godsdienst zijner vaderen, en wie zich door eigen nadenken aan den traditionelen godsdienstvorm ontworsteld heeft, stelt zijne geestelijke vrijheid op te hoogen prijs, om ligt weder de leer van eenen wijze als *de* waarheid aan te nemen''. Bovendien: het in het boeddhisme belangrijke idee van wedergeboorte strookt niet met de gangbare westerse opvattingen en ''voor het vruchtbare beginsel der *solidariteit* is in de boeddhistische zedeleer geene plaats''.

Deze Van Houten was toentertijd liberaal Tweede Kamerlid, van doopsgezinden huize. Hij ontwikkelde zich in religieus-nihilistische richting en was uitermate anti-klerikaal. Hij had naam gemaakt - en die faam leeft nog voort - met het indienen van een wetsvoorstel tot afschaffing van de kinderarbeid (1873). Later was hij enkele jaren minister van binnenlandse zaken. Volgens hem zou ''den pessimistische grondtoon'' van het boeddhisme in het Westen bezwaarlijk grote weerklank vinden, maar helaas ging die grondtoon zijn persoonlijk leven meer en meer overheersen. Van Houten werd in de loop der jaren steeds negatiever en misantropischer, zoals de historicus L.J. Rogier schrijft.

In de volgende decennia, tijdens het interbellum, de economische wereldcrisis, de opkomst van het fascisme in Europa en de nadering van de Tweede Wereldoorlog, verminderde de belangstelling voor het boeddhisme wel, al verdween zij zeker niet. Vooral in theosofische kringen bleef het boeddhisme velen boeien, op die eigensoortige manier waar wij nu wat vreemd tegenaan kijken. Zo verwierf Krishnamurti (1895-1986) grote bekendheid door zijn voordrachten in Ommen. Hij was het ''pleegkind'' van de theosofe Annie Besant, die enigermate in de voetsporen van H.P. Blavatsky was getreden en die hem aanstelde als ''Hoofd van de Orde van de Ster van het Oosten'' toen hij 16 jaar was. Maar in 1929 hief Krishnamurti de orde op en ging zijn eigen weg.

Vogel

De wetenschappelijke studie van het boeddhisme in Nederland ging intussen voort. Aan de Leidse universiteit was Kern opgevolgd door Speyer, die diverse Mahayana-teksten uitgaf en de Jatakamala vertaalde voor ''The Sacred Books of the Buddhists''. Hij werd in 1914 opgevolgd

door J.Ph. Vogel, die vooral archeoloog was.
Vogel maakte internationaal naam met opgravingen in Kasia, aan de voet van de Himalaya in India, waar een enorm boeddhistisch kloostercomplex had bestaan, waaronder ''het klooster van het Grote Nirwana''. Uit inscripties die in een stupa werden gevonden, kon hij bewijzen dat Kasia dezelfde plaats was als het oude Kusinara, de plek van het Nirwana van de Boeddha. Veel archeologisch onderzoek werd ook verricht in het toenmalige Nederlands-Indië. Het grote monument van het boeddhisme op Java, de Boroboedoer, werd aan een uitgebreid onderzoek onderworpen. De uitstraling van de Boroboedoer met zijn duizenden boeddhafiguren, was ook voor ontelbaren buiten het boeddhisme uitermate fascinerend.

Uit heel andere hoek kreeg het boeddhisme eveneens een impuls die de aandacht in Nederlandse intellectuele kringen gaande hield.
De Zwitserse psychiater C.G. Jung stuitte bij zijn onderzoekingen naar archetypen, het gemeenschappelijke in de psyche van de mens, op de Tibetaanse mandala en vandaar breidde zijn belangstelling voor het boeddhisme zich uit. Hij schreef een psychologisch commentaar bij de vertaling door W.Y. Evans-Wentz van ''Het Tibetaanse Dodenboek'' (1935) en een voorwoord bij ''Introduction to Zen Buddhism'' van D.T. Suzuki, de man die het Westen kennis deed maken met het Zen-boeddhisme. Suzuki was eind vorige eeuw door zijn leermeester van het Rinzai-klooster in Kamakura, bij Tokio, naar Amerika gestuurd om te assisteren bij de vertaling en de uitgave van boeddhistische en andere teksten over de cultuur van het Verre Oosten. Hij perfectioneerde er zijn kennis van de Engelse taal en begon er te schrijven over Zen. Drie delen ''Essays in Zen Buddhism'' verschenen in Engeland in de jaren 1927-'34 en zijn beroemde ''Introduction to Zen Buddhism'' in 1934. Maar pas na de Tweede Wereldoorlog verspreidde Zen zich onder invloed van Suzuki explosief in het Westen, ook in Nederland.





UIT DE SUTTA-NIPATA

DE GROT

(1) Gevangen in de grot,
geheel ingekapseld,
blijft de mens verzonken in verwarring;
zo is hij ver van zich losmaken:
begeerlijke dingen zijn moeilijk op te geven
in deze wereld.

(2) In de ban van hun verlangens,
gebonden aan de genoegens van het bestaan,
kunnen ze zich moeilijk bevrijden
en er is geen bevrijding door een ander.
In de toekomst en ook in het verleden verlangend,
reikhalzen ze naar begeerlijks
van nu en vroeger.

(3) Naar begeerlijkheden dorstend,
eraan gehecht, erdoor verdwaasd,
ontoegankelijk, het slechte toegedaan;
wanneer leed hen overvalt,
dan jammeren zij:
wat zal er van ons worden,
van hier verscheiden?

(4) Daarom moet de mens nú leren:
wanneer hij iets slechts leert kennen in de wereld,
laat dat niet een reden voor hem zijn
slecht te handelen,
want 'kort is dit leven',
zeggen de wijzen.

(5) Ik zie in de wereld sidderen -
dit geslacht,
bezeten door dorst naar bestaansvormen.
Kleine mensen jammeren
in de muil van de dood,
niet aflatend begerig
naar velerlei vormen van bestaan.

(6) Ziet hen spartelen
als vissen in een bijna uitgedroogde stroom.
Wie dit aanschouwt,
hij zal onzelfzuchtig handelen,
geen hechting scheppend
aan het bestaan.

(7) Van de wereld der tegenstellingen
wende men zijn verlangen af,
de zinsindrukken doorschouwend,
zonder te hunkeren,
nalatend wat tot zelfverwijt zou leiden,
bedoezelt de wijze zich niet
aan het geziene en gehoorde.

(8) Het denken doorziend
zal hij de vloed oversteken -
de wijze,
onbedorven door grijpen met begrippen.
Wie de pijl uitgetrokken heeft,
oplettend leeft -
hij koestert geen hoop op deze wereld
noch op gene.

Dit sutta behoort waarschijnlijk tot de oudste laag van de Sutta-Nipāta. Er bestaat een theorie die stelt, dat het behoort tot een groep van leerredenen die pre-boeddhistisch zijn. D.w.z. dat ze ontstaan zijn onder asceten die zich later bij de Boeddha hebben aangesloten en wier sutta's zijn opgenomen in de boeddhistische canon. Vooral vers 8 zou in die richting wijzen. We komen daarop terug.

De toon van dit werk is sterk ascetisch. De titel schildert het menselijk lichaam als een grot of hol waarin wilde dieren als begeerte, haat en onwetendheid huizen. De mens is de gevangene van zijn begeerten, waarvan hij zich moeilijk kan bevrijden. Er is geen verlossing mogelijk door een ander (vers 2), zoals bijvoorbeeld het christendom dit wel kent. De mens is ver van 'zich losmaken', dat wil zeggen (letterlijk) 'afzondering' (viveka). De commentaren kennen hiervan drie soorten:
1. fysieke afzondering: wonen in een grot of aan de voet van een boom;
2. geestelijke afzondering: geen last meer hebben van de 'vijf hindernissen' (zie Saddharma, april 1986, De les van de Vuurmaker), van vreugde en leed tijdens meditatie, van hangen aan riten en regels, van het geloof in een Zelf (atta), van verlangen naar lichamelijk of niet-lichamelijk bestaan; 3. afzondering van de bestaanswortels: niet meer onderhevig zijn aan 'bezoedelingen' zoals haat, aan hechting aan de psycho-fysische functies (khandha's), aan al wat door karma wordt gevormd. Deze vorm van 'afzondering' betekent in feite het zich bevrijd hebben van alle bestaansvormen en daarmee het bereikt hebben van nirvana.

In vers 2 schakelt de schrijver over op het meervoud: 'de mensen' zijn nu het onderwerp; ze zijn gekluisterd in heden, verleden en toekomst aan hun verlangens en genoegens. Er is geen uitzicht op bevrijding. Wanneer de dood in zicht komt, beginnen ze te jammeren en vragen zich af wat er

met hen na de dood gaat gebeuren. De dichter maant ons van nu af aan niet meer mee te doen met het slechte dat wij om ons heen zien. Er is haast bij: voor we het weten, zijn we dood.

Vanaf vers 5 wordt ons een Jeroen Bosch-achtig beeld getoond van mensen die jammeren in de muil van de Dood en weer geboren willen worden. In vers 6 treffen we het plastische beeld aan van vissen die spartelen in een bijna uitgedroogde rivier.
Deze scènes moeten ons leren alle hechting aan het bestaan op geven.

In vers 7 wordt aangeraden de wereld der tegenstellingen de rug toe te keren. Volgens de commentaren betekent dit: ons afkeren van verleden en toekomst, van geluksgevoel en van smart, van lichaam en van geest. Vergelijk hiermee de Zen-koan: 'Drop the body, drop the mind'.

Zintuigelijke indrukken kunnen wij op verscheidene manieren doorschouwen:
1. analytisch, wetenschappelijk; 2. in termen van de drie kenmerken van het bestaan (vergankelijk, leedvol, kern-loos); 3. als verschijnselen die moeten worden opgegeven door de daadwerkelijke overwinning ervan. Wat is dit 'opgeven'? De laatste regels van vers 7 geven aan wat ermee wordt bedoeld. Het betekent niet dat we niets meer zouden mogen zien of horen - de Boeddha zegt ergens dat dan doven en blinden de Verlichting al zouden hebben bereikt -, maar we moeten niet worden bezoedeld door wat we ervaren in de wereld. D.w.z. dat we een door liefde gevoede gelijkmoedigheid moeten tonen tegenover alle geweld, passie en domheid, die dagelijks via krant, televisie en in de omgang met anderen op ons afstormen.

In vers 8 horen we een geluid dat, zoals in het bovenstaande reeds aangestipt, wellicht in oorsprong pre-boeddhistisch is en veel later in het Vajrayana en in Zen werd uitgewerkt: het (conceptuele) denken moet worden doorzien en opgegeven. We grijpen immers naar de wereld door begeerte en door 'be-grippen'. De Theravada-commentaren zeggen dat hier alleen wordt bedoeld het opgeven van *valse* begrippen en opvattingen (ditthi).
Moderne onderzoekers als Schmitthausen en Vetter zien hier een aanwijzing voor een mystieke visie die wijst op de noodzaak *alle* begrippen op te geven en daarmee het rationele denken te overstijgen, waardoor men 'de vloed zal oversteken', en verlossing (nirvana) bereiken. Wanneer we zo de pijl van het lijden aan de wereld hebben uitgetrokken en in volle bewustheid leven, zetten we onze zinnen niet meer op iets in deze wereld of in een volgende.

Is deze moeilijke sutta alleen voor asceten bedoeld of misschien ook een beetje voor ons?

Ananda en Padmavajra

● ● ● ● ● ● ● ● ● BOEKEN ● ● ● ● ● ● ● ● ●

'The Twilight Language'. Explorations in Buddhist Meditation and Symbolism', door R.S. Bucknell en M. Stuart-Fox.
Curzon Press, London, 1986. ISBN 0 7007 0191 5.

De schrijver Bucknell doceert Oosterse religies en Chinese taal aan de Universiteit van Queensland in Australië en zijn mede-auteur is docent op het gebied van Aziatische beschavingen aan dezelfde universiteit.

Hoewel men aanvankelijk denkt dat dit boek een werk is van academische boeddhologen, blijkt uit het voorwoord, dat de schrijvers geëngageerde boeddhisten zijn. Zij spreken uit eigen langdurige ervaring bij de behandeling van hun onderwerp: meditatie en symboliek. De tweede schrijver heeft voornamelijk als criticus gediend voor de eerste. Zijn opmerkingen en aanwijzingen gingen echter zover, dat Bucknell hem vroeg als mede-auteur op te treden.

Bucknell heeft drie jaar als monnik in Thailand en India geleefd en daar intensief Theravada-technieken van meditatie beoefend. Zijn meditatieve ervaring gaf hem niet alleen een nieuw inzicht in de aard van psychische processen, maar verleende hem ook een bepaald inzicht in boeddhistische leerstellingen, die hij tot dan toe te intellectualistisch had benaderd. Het werd hem langzaam duidelijk dat bepaalde opvattingen in de Theravada-traditie pas begrijpelijk werden, wanneer ze werden gezien in het licht van een esoterische symboliek. Bij bestudering van moderne commentaren ontdekte hij dat zijn ideeën niet origineel waren.
Zo sloten ze bijvoorbeeld goed aan bij die van de bekende Thaise monnik Buddhadasa. Ook drong het tot hem door dat in het Vajrayana reeds vele eeuwen belangrijke leerstellingen uitgedrukt werden in de zogenaamde 'samdhyābhāsā' (Twilight language ofwel schemertaal, op zichzelf al een dubbelzinnige term, omdat samdhyā ook meditatie kan betekenen). Deze uitdrukking wijst erop dat aan woorden een dubbele betekenis kan worden gegeven, al naar gelang ze in hun dagelijkse of mystieke betekenis dienen te worden begrepen. In dit boek worden mudra's, mantra's, cakra's, elementen enz. ook gerekend tot deze schemertaal.

Een interessante bijzonderheid is dat Bucknell een eerste versie van het boek schreef in Almora (India), waar destijds Lama Govinda woonde, die graag met hem een middagje sprak over meditatie en symboliek.

De auteurs behandelen de voornaamste voorbeelden van symboliek, zoals gevonden in de Pali-canon en in het tantrisch boeddhisme. Hun bedoeling is om mediterenden mogelijke alternatieve interpretaties te geven van bekende boeddhistische leerstellingen.
Waarom zoveel aandacht voor symboliek, waar meditatie toch zoveel belangrijker is? Er worden twee redenen gegeven. Ten eerste willen vele mediterenden nieuwe (b.v. tantrische) meditatie-technieken, die niet

openlijk in de canon worden aangeduid, pas proberen wanneer zij ervan overtuigd zijn dat ze tot de oorspronkelijke leer van de Boeddha behoren; de symbolen kunnen dit bewijs leveren. Ten tweede is het theoretisch nuttig een betekenis te vinden voor in het boeddhisme veelvuldig voorkomende vormen van symboliek; het inzicht wordt hierdoor vergroot.
In dit boek wordt een poging gewaagd het verband tussen meditatie en symboliek te begrijpen. De schrijvers zijn er zich steeds van bewust dat het gaat om een hypothese, die alleen door voortgezet wetenschappelijk onderzoek te verifiëren valt.

De essentiële vraag die aan de orde komt, luidt: heeft de Boeddha een esoterische leer gegeven, die zijn uitdrukking vond in symbolische voorstellingen? Het voorlopige antwoord is volgens de auteurs bevestigend. Daarmee zou er een gemeenschappelijke basis zijn gevonden voor de op het eerste gezicht zo uiteenlopende vormen van meditatie in het boeddhisme. Ook de zo verschillend lijkende effecten van meditatie, die door de diverse richtingen worden geclaimd, zoals 'satori', 'samadhi', bovenzinnelijke krachten als helderziendheid of zelfs nirvana - vaak moeilijk te onderscheiden voor de mediterende - zouden onder één noemer kunnen worden gebracht. Voorwaar een interessante onderneming! Welke 'bewijzen' zijn er voor deze unificerende theorie aan te dragen?

Vooreerst wijzen de schrijvers er op dat de meeste mediatiemeesters verkondigen, dat meditatie niet uit een boekje te leren valt, maar slechts kan worden bijgebracht door een ervaren leraar, die de methode stapje voor stapje uitlegt naarmate de leerling vordert. De aspirant-mediterende weet dus niet van tevoren waar hij aan begint. Dit toont reeds aan dat er een 'esoterische' traditie op dit gebied bestaat.

Dan is er het feit dat de meeste boeddhisten de 'hellen' en 'hemelen', waarvan vaak sprake is in de canon, meestal symbolisch opvatten als staande voor bepaalde geestestoestanden die wij in het dagelijks leven ervaren.

De gehele bewijsvoering kan hier uiteraard niet worden gegeven. Maar de conclusie van de auteurs is dat er een 'schemertaal' bestaat, waarin het oorspronkelijke meditatie-onderricht van de Boeddha vervat ligt en die in de Theravada grotendeels ondergesneeuwd is onder scholastiek. In het Tantrisch boeddhisme en in Zen zou deze 'taal' nog voortleven.

De meest gangbare visie is dat de latere meditatie-technieken weliswaar nauw aansluiten bij de doelstellingen van de Oude Leer, maar in wezen *nieuwe* vormen zijn. Het zou daarom boeiend zijn als iemand kon aantonen dat deze ogenschijnlijk nieuwe vormen in feite niets anders zijn dan de esoterische leer van de Boeddha zelf. De lezer zal wellicht direct tegenwerpen dat de Boeddha in het Mahaparinibbana-sutta verklaart, dat hij niet zo iets heeft als de gesloten vuist van een leraar die iets achterhoudt. Elders in de Canon wordt echter verhaald dat de Boeddha eens

een handvol bladeren opnam in het bos en zei, dat net zoals er meer bladeren waren in het bos dan in zijn hand, er ook meer dingen waren die hij had ontdekt dan die hij had geopenbaard.

Volgens de auteurs kunnen deze uitspraken met elkaar worden verzoend door aan te nemen dat de Boeddha in zijn leer inderdaad niets achterhield dat van belang was voor het bereiken van de Verlichting, maar dat hij rekening hield met de capaciteiten van zijn toehoorders. In het openbaar zou hij dus niet alles hebben meegedeeld, daarmee niet anders handelend dan iedere Indische leraar tot op de dag van vandaag: alleen aan individuele leerlingen in aangepaste porties onderricht geven in de meditatieve praktijk.

Het heeft uw recensent altijd al verbaasd waarom in sutta's alleen maar de vage omtrekken van het meditatie-proces worden geschetst. In dit boek wordt een acceptabele verklaring gegeven. De sutta's bestaan uit de openbare toespraken, die Ananda heeft gehoord. Het individuele meditatie-onderricht van de Boeddha is er inderdaad niet in te vinden. Dat zou slechts overgeleverd zijn in een symbolische schemertaal van geschriften, iconografische voorstellingen van 'Boeddha's', handgebaren (mudra's), mantra's, die we overvloedig kennen uit het Vajrayana. Hoe deze taal en de tantrische symboliek ontstaan zijn, is nog een onopgelost raadsel. De symbolen zijn als het ware een verzameling van gecodeerde inscripties, die in de overlevering makkelijker bewaard kon blijven en voor oningewijden niet begrijpelijk.

De schrijvers menen een begin te hebben gemaakt met de ontcijfering van deze geheimtaal, waarin het proces van meditatie wordt beschreven. Zij systematiseren hun opvatting in tal van tabellen, waarin de diverse symbolen worden toegekend aan de corresponderende stadia van dit proces. Het bestaat in grote lijn uit vijf stadia, die leiden tot de Verlichting:

1. Concentratie van de aandacht (b.v. op de ademhaling);
2. Bewustwording van de gedachtenstroom, die steeds de concentratie op de ademhaling doorbreekt;
3. Het terugvolgen van de gedachtenstroom (analyse in elementen);
4. Observatie van de koppeling tussen telkens twee elementen;
5. 'Gewaarzijn' (awareness).

Met deze laatste term, die moeilijk in het Nederlands te vertalen is - 'bewustzijn' is niet juist - wordt precies hetzelfde bedoeld als Krishnamurti ermee aangaf. In dit 'gewaarzijn' wordt ervaren dat er geen denker, geen 'ik' is. Meditatie leidt dus in principe tot de anatta-ervaring.
Voorafgaand daaraan wordt de mediterende zich bewust van zijn emotionele 'hangups': de complexen en obsessies, die steeds weer bij hem opstijgen. Het is jammer dat de auteurs geen vergelijking maken met de psycho-analyse, omdat het proces dat zij beschrijven in vele opzichten

gelijkenis vertoont met het proces van 'vrije associatie' zoals door Freud ontwikkeld ter opsporing van emotionele complexen. Wat is het verschil en in hoeverre stijgt meditatie boven psycho-analyse uit?

Ons eindoordeel luidt dat in dit boek bekende elementen op een verrassend nieuwe wijze aaneenvoegd worden. Er wordt een interessante hypothese gelanceerd, die door nader wetenschappelijk onderzoek kan worden getoetst. Daarnaast is het boek ook zeer stimulerend voor de eigen meditatie-praktijk.
Wat het niveau betreft: het boek is helder geschreven en ondanks alle verwijzingen naar 'esoterie' valt er geen spoor van zweverigheid of fantasterij te ontdekken. Het is uitermate goed voorzien van voetnoten en verwijst voortdurend naar de originele bronnen in de Pali-canon en de Sanskriet-literatuur. Warm aanbevolen, maar geen eenvoudige lectuur.

Padmavajra



PROF. DR. E. ZÜRCHER SPREEKT OP HERFSTBIJEENKOMST VRIENDEN VAN HET BOEDDHISME

De herfstbijeenkomst van de Stichting Vrienden van het Boeddhisme wordt gehouden op 17 oktober a.s., aanvang 10.30 uur, in De Kosmos, Prins Hendrikkade 142, Amsterdam, op loopafstand van het Centraal Station.

Prof. dr. E. Zürcher, hoogleraar sinologie aan de Rijksuniversiteit te Leiden, zal een inleiding houden over de verspreiding van het boeddhisme en het christendom in China. In het bijzonder zal hij ingaan op de oorzaken die ertoe hebben geleid dat het boeddhisme vaste voet aan de grond kreeg in China, terwijl het christendom daarin niet is geslaagd.

Voorts zal dr. G. van Driem, medewerker van de vakgroep Vergelijkende taalwetenschappen aan de Rijksuniversiteit te Leiden, spreken over de boeddhistische expansie in Sikkim of Nepal.

De kosten van de herfstbijeenkomst (lunch niet inbegrepen) bedragen voor donateurs f. 25,-- per persoon, voor introducé's f. 35,--. Aanmelding gaarne door overmaking van het juiste bedrag op postrekeningnummer 1520022 t.n.v. de penningmeester Stichting Vrienden van het Boeddhisme, Nijmegen.



MEDITATIE EN WERKELIJKHEID

door Han F. de Wit

Het onderstaande artikel is een bewerking van de tweede lezing over de visie van het Mahayana in een serie van drie, gegeven tijdens de Intensieve Training-sessie getiteld De Hemel heeft geen Centrum, in de Dharmadhatu van Amsterdam. Dr. H.F. de Wit is als meditatie-instructeur en leraar verbonden aan Dharmadhatu en de Dharma Studie Groep Leiden. (Zie ook de Boeddhistische Agenda).

Binnen de Mahayana-traditie worden beoefenaars ervan ook wel 'helden' genoemd. Helden omdat de beoefening van het Mahayana ingaat tegen de lafhartigheid van ons egocentrisme en onze afwerende hardvochtigheid jegens anderen. De basis van deze heldhaftigheid is de bereidheid om onszelf - onze kleingeestigheid en egocentrische emotionaliteit - onder ogen te zien en los te laten. De beoefening van meditatie is de uitdrukking van die bereidheid. Daarom is het feitelijk regelmatig beoefenen van meditatie gedurende een uur of een hele dag, eigenlijk al een heldendaad. Er is moed en discipline voor nodig om door alle turbulentie van je geest, door de branding van je geest, heen te zitten. Natuurlijk hebben we daarbij de steun van de meditatie-techniek. Maar hoe gaan we met de techniek om? Hoe moet onze aanpak en discipline zijn, zodat de vrucht een bepaald soort helderheid van geest en scherpzinnigheid is, die ons de werkelijkheid laat zien zoals ze is?

De beoefening van meditatie

Mediteren is voor wie ermee begint zeker geen kalme bezigheid. Gewoon blijven zitten mediteren is niet altijd gemakkelijk, vooral niet wanneer de mentale golven zo hoog gaan dat het onvermijdelijk lijkt om ervan weg te lopen. Alsof ze je van je zitkussen afspoelen en alsof het enig zinnige dat je kunt doen, is aan die overstroming toegeven en je laten wegspoelen.

Het is de kracht van de dharma en de kracht van onze eigen wakkerheid, onze eigen geest, die maakt dat we door al die turbulentie heen kunnen zitten. Dat we die discipline kunnen opbrengen toont ons in feite iets héél fundamenteels over de aard van onze geest. Hoewel we misschien geregeld het gevoel hebben dat het nu ècht te veel wordt, dat de bewegingen, de fantomen die onze geest ons voortovert, nu echt overweldigend sterk zijn en ons dwingen een kop koffie te gaan drinken, een sigaret te gaan roken, te telefoneren of wat dan ook, - wij blijken in staat gewoon dóór te zitten en daarentegen zo goed en zo kwaad als dat gaat, onze gedachten, fantasieën en dromen te onderkennen voor wat ze zijn. Dan kunnen we onze aandacht weer terugbrengen naar onze adem en

scheuren we ons los van de gewoontepatronen van onze geest.

'Losscheuren' suggereert bijna een soort agressie, maar dat bedoel ik niet. Het feit dat we als een rots in de branding kunnen zijn heeft iets stevigs, maar ook een bepaalde welwillendheid: de golven spoelen er overheen, er tegenaan, er langs, maar we zijn bereid om dat te accepteren. Juist daardoor kunnen we ''proeven'' wat de beweging van het water is, wat de beweging van de branding van onze geest is.
De term 'proeven' suggereert al meteen dat het hart van de meditatiebeoefening een heel intiem, direct en onbevreesd contact is met de beweging van onze geest.

Wat dat betreft is het woord 'held' helemaal nog niet zo gek, al klinkt het in eerste instantie misschien overdreven. Er zit een kant van standvastigheid en van bereidheid om te accepteren in. Een standvastigheid die niet blind en hard is, maar juist helder en zacht, en die daardoor juist de branding, de eindeloze golfslag van onze geest, kan accepteren en verduren. Daar hebben we in ons leven eigenlijk maar zo heel zelden de gelegenheid voor. Over het algemeen gaan we méé in de golfslag, zitten we in de golfslag.

De discipline van de meditatie-beoefening kun je dan ook zien als op de vloedlijn van onze geest verkeren. Als je langs het strand loopt, is er de beweging van het water: de ene keer komt het verder over het strand en de andere keer minder. Ik weet niet of u het spelletje kent van precies op de grens van droog en nat te lopen. Soms moet je uitwijken, moet je meegeven, want dan komt er een golf die veel verder gaat dan je had verwacht; dan gaat hij weer terug en ga je mee. Daar zit een toegeven in en tegelijk een vorm van standvastigheid en discipline; je blijft steeds op de vloedlijn. Het punt waar je staat wordt net niet overspoeld, maar je staat ook niet veilig op het droge. Precies op die rand komen we te verkeren, wanneer we leren met de techniek van de zitmeditatie te werken. Daar op die rand zijn we eigenlijk maar heel zelden in ons leven. En tegelijk is dat het punt dat ons vertelt over de beweging van het water. Als we langs het strand lopen, vertelt het lopen langs de vloedlijn ons over de beweging van water en hoe het doordringt en wegzakt in het natte zand. Dat zand is als de meditatie-techniek; het geeft stabiliteit aan onze beoefening. Het water is als onze geest en het lopen op de vloedlijn is als het juiste omgaan met de techniek, dat daardoor inzicht geeft.

Ik realiseer me vandaag hoe gelukkig het is als dharma-beoefenaar in Nederland geboren te zijn omdat we die eindeloze vloedlijn hebben, het strand, we kennen het allemaal, en de metafoor van de vloedlijn kan ons enorm helpen om te begrijpen hoe we bij de beoefening van meditatie met onze geest moeten omgaan, en wat voor soort standvastigheid daarbij speelt. Onze meditatie-beoefening is geen poging om de branding van onze geest in te dammen, of om verweg in het droge zand te gaan zitten, en ook laten we ons niet als dode kwallen meedrijven. Precies daar tussenin, op de natuurlijke vloedlijn, beoefenen we onze discipline.

Natuurlijk krijgen we daarbij natte voeten: soms zijn we onoplettend en raken we te water, verliezen we ons in de branding van onze geest, in onze gedachten en dromen. Maar ook dan, vroeg of laat, raken we terug op de vloedlijn en zien we onze dromen voor wat ze zijn. Zo leren we met de egocentrische turbulentie van onze geest te werken en de ware aard ervan te zien. Ook de aartsvader van onze Kagyü-traditie, de siddha Tilopa, schijnt een liefhebber van het strand te zijn geweest. Hij woonde daar, voedde zich met visresten die de vissers overlieten en praktiseerde daar de totale vrijheid van geest.

Zoals we weten zat de Boeddha zelf onder de bodhiboom. Het zitten onder de bodhiboom is symbool voor het zitten met onszelf zoals we zijn, zonder onszelf ook maar op enige manier te manipuleren. Daardoor beginnen we de contouren te zien van onze levensangst, onze pijn, en hoewel ook dat op zichzelf pijnlijk is, is het groei-pijn, die uiteindelijk zeer heilzaam en helend is. We beginnen een beetje te zien hoe onze emoties opkomen terwijl we op het meditatiekussen zitten, hoe we woede, irritatie, verlangen, jaloezie, gevoel van armoede, gevoel van rijkdom, gevoel van kracht, gevoel van zwakte, hoe we dat allemaal tijdens een hele dag van zitten uit onze goochelaarshoed toveren. En dat terwijl niemand ons om het onophoudelijk uitvoeren van deze goocheltoeren heeft gevraagd. Er is zelfs geen publiek, of we zouden dat zelf moeten zijn. Zo beginnen we te zien hoe eindeloos de wereld die we ons voorstellen is. We beginnen te merken hoe gevangen we zijn in onze gedachten, hoe gehecht we zijn aan onze gedachten alsof ze werkelijkheid zijn: hoe we uitkijken naar onze gedachten over geluk en hoe we proberen onze gedachten over pijn te verwijderen. We beginnen te ontdekken hoe moeilijk het is de meditatietechniek te doen. Maar in zekere zin is die moeilijkheid slechts schijn. Want hoe weten we dat we de techniek niet doen, dat we eigenlijk de hele tijd zitten weg te dromen en te fantaseren? Hoe komt het dat dit idee dat meditatie inderdaat heel moeilijk is in ons opkomt? Komt het misschien doordat we kennelijk merken dat we de hele tijd zitten te denken? Maar was dat niet eigenlijk het hele idee van de meditatie: merken wat er aan de hand is? Zijn we, als we die opmerkzaamheid hebben, niet weer terug op de vloedlijn?

M.a.w. wanneer we er in het begin van onze meditatie-beoefening gedeprimeerd over raken dat onze gedachten ons voortdurend in de greep houden, dan komt dat ook doordat we de helderheid hebben om dat te zien. En als we onszelf tòch met emoties aan het bewerken zijn, b.v. van depressie, waarom dan niet de andere kant gekozen, namelijk de emotie van blijdschap over het feit dat we de helderheid ontwikkelen die dit allemaal kan zien. Vanuit dit gezichtspunt kun je dan ook zeggen: hoe slechter je denkt te mediteren, hoe beter je het kennelijk doet. Want het is alleen maar doordat je merkt hoe je geest beweegt dat je überhaupt tot een oordeel over je meditatie kunt komen. Voor wat de eerste schreden op het pad van meditatie betreft, hoe slechter je het denkt te doen,

hoe beter je het doet. Wanneer we dat inzien zijn we een stap verder op de weg die ons voorbij de neurose van zelfverwijt brengt en die een zekere ontspanning en stabilisatie wekt. Die stap helpt ons dan weer bij het ontwikkelen van onze dagelijkse meditatie-discipline.

Absolute en relatieve werkelijkheid/waarheid

Laten we na deze opmerkingen over het hoe van de meditatie-beoefening eens kijken wat we tegenkomen als we zitten. Wat we scherper en onontkoombaarder dan ooit zien wanneer we zitmeditatie doen, zijn de eindeloze versies van de wereld die we voortdurend aanmaken, onze eindeloze ideeën over onszelf en onze wereld. Terwijl wij werken met de meditatie-techniek, beginnen we het privé-karakter van deze versies steeds duidelijker te zien. We zitten daar op ons kussen in onze geest een heel verhaal af te draaien en naast ons zit iemand anders precies hetzelfde te doen en hij is even betrokken bij zijn eigen verhaal als wij bij het onze.

Als we dat beseffen - en dat doen we vroeg of laat, of we het willen of niet, dat is de kracht en de schoonheid van de meditatieve traditie - beginnen we te voelen dat er een bepaald soort holheid in die verhalen zit. Die verhalen zijn inderdaad onze eigen versie. Het zijn zelfbedachte *toevoegingen* aan en *substituten* voor de werkelijkheid. Onze voorstellingen over onszelf, over onze wereld, over onze levenssituatie, hebben eigenlijk geen werkelijkheidswaarde. Dat zijn zaken waar de werkelijkheid niets vanaf weet. Als de werkelijkheid het zou weten, zou zij er misschien wel van schrikken, vooral omdat zij aan zo verschrikkelijk veel eisen en verwachtingen van ons allemaal tegelijk tegemoet zou moeten, - dat is onmogelijk!

Precies zoals we als kind een versie hadden van de werkelijkheid die voor ons *de* werkelijkheid was, zo hebben we nu een werkelijkheid waarin we leven. Wel kijken we nu tegen onze eigen levenssituatie heel anders aan dan we als kind deden: andere verhoudingen, andere acenten, andere termen, andere thema's. Dat geeft al aan dat wat we werkelijkheid noemen, niet iets statisch is, en niet iets waarover we simpelweg kunnen zeggen: "Daar moet je niet ingewikkeld over doen, niet over zeuren; de werkelijkheid, dat is gewoon de werkelijkheid, daar leef ik in, punt uit".

Als je echt kijkt naar wat je de werkelijkheid noemt, dan zie je dat ze tien jaar geleden voor jezelf anders was, anders aanvoelde. Je werkelijkheidsbeleving was heel anders van sfeer. Dus ook als je het van die kant bekijkt, als je niet kijkt naar het verhaal dat je buurman of -vrouw als werkelijk (waar) beleeft, maar naar je eigen leven, dan zie je dezelfde relativiteit, dezelfde holheid. Door de beoefening van meditatie zien we steeds scherper *dat* en vooral *hoe* onze eigen versie van de werkelijkheid leeg is van de werkelijkheid en dat en hoe de werkelijkheid leeg is van

onze versie. Zo kan de term *'śunyata'*, die meestal als leegte wordt vertaald, begrepen worden. Sunyata is enerzijds de ervaring dat je verbeelde (aangeklede) werkelijkheid verbeeld is en de werkelijkheid niet raakt. Anderzijds en tegelijk is het ook de ervaring waarin de werkelijkheid zich in haar naaktheid vertoont, helder en leeg van ons toegevoegde commentaar. De vraag wat toevoeging is en wat niet behoeven we dan niet meer te stellen; we *zien* wat toevoeging is en wat niet.

In de boeddhistische traditie worden in dit verband twee termen gebruikt: *Döndam denpa,* de Tibetaanse term voor wat in het Sanskriet *paramartha-satya* heet (Pali: paramatta-sacca), meestal vertaald als 'absolute waarheid'. De tweede Tibetaanse term *kündzop denpa,* in het Sanskriet *samvrti-satya* (in Pali samutti-sacca) wordt als 'relatieve waarheid' vertaald. Beide termen verwijzen naar twee manieren van ervaren, twee manieren waarop we onze ervaring als waar of werkelijkheid beleven. *'Denpa'* betekent dan ook waarheid in de zin van echt of werkelijk zijn. *'Kün'* betekent letterlijk: alles, allen. *Dzop* betekent: aankleden. Kündzop denpa betekent dan ook 'aangeklede werkelijkheid'. De term beklemtoont dat de werkelijkheid die we als waar of echt ervaren aangeklede werkelijkheid is, aangekleed door onze gedachten en ideeën erover. Die ideeën kleuren de werkelijkheid in de vorm van de voortdurende stroom van gedachten die we in de meditatie dan ook zo scherp beginnen te zien. Deze gedachten leveren commentaar op de werkelijkheid: ze ondertitelen onze ervaring en deze ondertitelde ervaring wordt dan de werkelijkheid waarin we leven en waar wij ons tegenover opstellen.

Deze gedachtenstroom heeft twee opvallende kenmerken. Allereerst is een van de centrale figuranten in de gedachtenstroom: wijzelf. Dat leidt tot een werkelijkheidsbeleving die egocentrisch is aangekleed. Een tweede kenmerk is dat we geneigd zijn om de gedachten die we belangrijk en nuttig vinden, vast te houden. Dat leidt tot het gevoel dat er in de aangeklede werkelijkheid iets onveranderlijks en iets vasts te vinden is. Het voortdurend in stand houden van bepaalde gedachten in de stroom geeft vorm aan onze geest en deze mentale vormen (Sanskriet: samskara's) bepalen voor een belangrijk deel ons beleven en handelen (karma) in de wereld. Tegelijk maken deze vormen het mogelijk om situaties, mensen en dingen te herkennen: ''O, daar is Piet''. We herkennen een bepaald deel van de werkelijkheid dat we met het begrip 'Piet' hadden bekleed als Piet. Iemand anders die Piet niet kent, herkent Piet ook niet als Piet als hij hem ziet. Piet komt in zijn aangeklede werkelijkheid niet voor.

De concepten, begrippen, ideeën, die we hanteren, kleden de werkelijkheid dus aan en maken haar ook herkenbaar, zó dat we er een gevoel van vertrouwdheid aan ontlenen. We weten wie wie is, wat de bedoeling is. Niet precies, maar grofweg hebben we een kleed gemaakt om de meest essentiële delen van de werkelijkheid effectief te dekken.

Deze relatieve of aangeklede werkelijkheid is veilig , maar ze is ook

benauwend. Vroeg of laat ruiken we de "geur van vrijheid", zoals je bij het begin van de lente opeens merkt dat het buiten weer is gaan geuren. Hoe veilig we ons ook voelen in onze zelfgeweven en aanklede werkelijkheid, het is onmiskenbaar dat daarmee niet onze levensvervulling is gegeven. De veiligheid is tegelijk benauwenis. Ik denk dat we dat allemaal herkennen. Ik denk dat het essentieel is voor een spiritueel pad. Het loopt langs de grens van verstikkende veiligheid en grondloze vrijheid.

Nu bestaat die aangeklede werkelijkheid eigenlijk op twee manieren: ten eerste kunnen we onze aangeklede werkelijkheid houden voor de echte, absolute werkelijkheid; dat is een vorm van verwarring, een omdraaiing. We hebben hier te maken met wat in het Mahayana wel *omgekeerde relatieve waarheid* (logpahi kündzop denpa) wordt genoemd, d.w.z. verbeelde werkelijkheid waarvan we niet in de gaten hebben dat zij verbeeld is. De werkelijkheid waarin we denken te leven, is niet de werkelijkheid waarin we feitelijk leven. Dat is het probleem. Als we dat niet inzien, onderkennen we onze verdraaide werkelijkheid ook niet.

Als we een dag lang in de meditatieruimte zitten, verandert daar bijna niets. Ja, 's ochtends schijnt de zon door de ramen, verder gebeurt er niet veel. Toch hebben we, terugkijkend op zo'n hele dag van meditatie, vaak een heel drukke dag gehad. Dat komt door de voortdurende aankleding die we maken. We hebben de hele dag in de kleermakerij doorgebracht. De machines hebben bijna onophoudelijk gesnord. Fantastische ontwerpen zijn van de tekentafels gerold en toch weer vergeten. Kleerscheuren zijn hersteld en verstevigingen ingezet. Juist doordat de situatie in de meditatie-ruimte om ons heen bijna constant blijft, begin je goed te zien hoe verschrikkelijk veel geuren, kleuren, veranderingen, wisselingen, je zelf maakt. En wat je er tegenkomt, is wat je normaliter, als je niet zit, óók produceert. Alleen: hier is het enige dat beweegt, je geest. Daardoor beginnen we, schijnbaar uitvergroot, de enorme hoeveelheid kleding te zien waarin we onze ervaring kleden. We beginnen te ontdekken hoevéél en waar er kündzop, aangeklede werkelijkheid, is. Door de dag heen leven we in kündzop; in meditatie zien we kündzop voor wat het is: aankleding. Op dat moment van wakkerheid zien we onze kündzop niet meer aan voor absolute, echte werkelijkheid, maar zien we kündzop op een andere, tweede manier. In dat tweede perspectief is kündzop niet meer verdraaid, maar het wordt onderkend voor wat het is. Het is *zuivere relatieve waarheid* (yangdag kündzop denpa). Het is de wereld van de verschijnselen, maar dan ook van àlle verschijnselen - er is niets dat we achterhouden -, waar onze privé-gedachten, ons commentaar en ondertiteling ook gewoon verschijnsel zijn; een wereld waarin al deze verschijnselen zuiver, d.w.z. voor wat zij zijn, worden gezien.

Het bewustzijn dat alle verschijnselen zo, ongeperverteerd, ziet, is, *döndom denpa,* absolute waarheid, d.w.z. de ware ervaringsmodus. Die ervaringswijze is per definitie niet gebonden aan ideeën of gedachten, maar omvat ze. Het perspectief van döndam is vrij van gedachten, zoals de blauwe lucht of het hemelruim vrij is van alle verschijnselen die erin

plaatsvinden. Deze belevingswijze heeft geen centrum. Alle verschijnselen, inclusief concepten, gedachten en vormen, zijn omvat door het grote, lege, schitterend blauwe uitspansel van de dharmadhatu, zoals dat technisch heet. In de Mahayana-betekenis van het woord dharmadhatu de ruimte waarin alle verschijnselen onverhuld plaatshebben.

Absolute waarheid verwijst dus naar de werkelijkheidsbeleving die vrij is van èlke fictie en èlke positiebepaling. Ze is al ruimte, en ruimte kiest geen kant.

Daarom kunnen we ook op momenten van openheid, van ruimte, ondanks alle turbulentie - op de vloedlijn van onze geest - opluchting, appreciatie, voelen. Soms doet zo'n moment zich voor als onze geest even luwt, als je even kunt zitten zonder je zorgen te maken of je het allemaal wel volhoudt.

Maar evengoed kan zo'n moment zich voordoen als je een gevoel hebt van hopeloosheid over je leven: ''Ik kan het allemaal net zo goed opgeven, het is een hopeloze zaak''. Ook die hopeloosheid heeft zijn eigen ruimte, omdat we dan niets meer te verliezen hebben. Hopeloosheid brengt onbevreesdheid met zich mee. Zulke momenten hebben wonderlijk genoeg hun eigen warmte, appreciatie en zelfs een komische kant. Daarom ook wordt de boeddha-natuur vergeleken met ruimte: onze boeddha-natuur is evenals ruimte, allesdoordringend, onvernietigbaar, alles accepterend.

In die ruimte vindt de beweging van alle verschijnselen plaats, zowel van de verschijnselen om ons heen als van de verschijnselen *in* ons: onze emoties, onze gedachten, wat we zien, ruiken, voelen, horen, denken. Alle verschijnselen van de aangeklede, relatieve werkelijkheid liggen er ongeperverteerd, onverdraaid, in de ruimte van de absolute werkelijkheid. M.a.w. kündzop denpa en döndam denpa, relatieve en absolute waarheid, zijn niet gescheiden van elkaar. Wanneer we zó de werkelijkheid beleven, hoeven wij onze ervaring ook niet langer te wantrouwen. Vanuit dit gezichtspunt is er dan ook niets mis met onze ervaring, tenzij we denken dat er iets mis mee is.

Om een voorbeeld te geven: wanneer je merkt dat je voortdurend zit te denken en weg te dromen, dan is er op dat moment helderheid. Je ziet je geest zoals die is. Zeg je op dat moment tegen jezelf: ''Ik zit m'n tijd te verknoeien, er is iets mis met m'n meditatie omdat ik steeds wegdroom'', dan is dat het moment waarop je je helderheid niet herkent, namelijk de helderheid die het wegdromen zo onmiskenbaar zichtbaar voor je maakt. Op dat moment is er inderdaad iets mis met je meditatie; dat is het moment waarop je kündzop weer verdraaid komt te liggen. Voor hetzelfde geld had je kunnen zeggen' ''Fantastisch dat ik zo vaak inzie dat ik wordt ingezogen door m'n verbeelde werkelijkheid, fantastisch dat ik zoveel helderheid heb''. Dat is reële kündzop, omdat het gezien wordt vanuit de ruimte van döndam denpa, absolute waarheid.

• • •

MEDITEREN IN DE TRADITIE VAN SAYAGYI U BA KHIN

door Matthijs G.C. Schouten

Birma is een van de landen die een grote invloed hebben gehad op de praktijk van de meditatie binnen het Theravāda-boeddhisme. Verscheidene van de meditatie-tradities die gangbaar zijn in de zuidelijk boeddhistische landen zijn ontwikkeld in Birma en hebben van daaruit hun intrede gedaan in Sri Lanka en Thailand. Sedert enkele decennia strekt deze invloed zich ook uit tot de Westerse wereld.
De traditie die is ontwikkeld door Sayagyi U Ba Khin is hiervan een duidelijk voorbeeld.

Sayagyi U Ba Khin was een Birmese meditatieleraar die is gestorven in 1971. Dertig jaar lang heeft hij onderwijs gegeven aan leerlingen die uit allerlei landen naar hem toekwamen. Sayagyi U Ba Khin was de eerste 'Accountant General' van Birma nadat het land in 1948 onafhankelijk was geworden. Gedurende een groot deel van zijn leven heeft hij naast zijn leraarschap in de meditatie belangrijke regeringsfuncties vervuld.

Zijn eigen leraar was Saya Thetgyi, die op zijn beurt weer een leerling was van Ledi Sayadaw. De monnik, geleerde en meditatieleraar Ledi Sayadaw was een van de grootste boeddhistische figuren van zijn tijd in Birma, die ook buiten Birma grote bekendheid genoot bij onderzoekers van de Pāli-teksten. Saya Thetgyi kreeg zeven jaar onderwijs in ānāpānasati (concentratie door middel van het waarnemen van de ademhaling) en daarna nog eens zeven jaar in vipassanā-meditatie, alvorens hij opdracht kreeg zelf onderwijs te geven.

Sayagyi U Ba Khin maakte onder zijn leiding snelle vorderingen en kreeg al gauw de bevoegdheid van meditatieleraar. Zijn eerste leerlingen waren zijn naaste medewerkers van het regeringsdepartement waaraan hij was verbonden. In 1952 werd in Rangoon, waarheen veel buitenlanders, ook westerlingen, kwamen om te mediteren, het 'International Meditation Centre' opgericht. Sayagyi zag het onderwijs in meditatie in een wereldwijd perspectief. Het is ook altijd zijn wens geweest naar het Westen te kunnen reizen om daar de dhamma te onderwijzen. Door zijn veeleisende beroep, dat hij bleef uitoefenen, en door zijn verplichtingen als gezinshoofd en meditatieleraar in Birma, is dat nooit mogelijk geworden.

Vrijwel vanaf de oprichting van het Centrum waren twee nu in het Westen bekende leraren, Sayama en Saya U Chit Tin, nauw verbonden met Sayagyi. Sayama nam voor hem waar wanneer hij overdag op zijn kantoor moest zijn. Uit waardering voor haar onderwijs gaven de Birmese studenten haar de naam Sayama, wat betekent 'moeder leraar', en de

In mei van dit jaar werd in Nederland de Sayagyi U Ba Khin Stichting opgericht. Deze stichting stelt zich voornamelijk ten doel twee maal per jaar een tiendaagse meditatie-cursus in Nederland te organiseren, in de traditie die door Sayagyi U Ba Khin werd gevestigd en die door de Centra in Rangoon, Heddington en Perth wordt voortgezet.

Het onderwijs in deze traditie is gericht op lekevolgelingen, en er wordt veel aandacht besteed aan het evenwicht tussen meditatie en



Meditatiegroep 'Sayagyi U Ba Khin' voor de Wychert, Berg en Dal.

dagelijks leven in de wereld. De gebruikte technieken zijn simpel en de nadruk ligt op de eigen, directe ervaring. Van de studenten wordt verwacht dat zij niet zomaar iets aannemen, maar dat ze het onderwezene voortdurend aan de eigen ervaring toetsen. Het onderwijs wordt gegeven in cursussen die tien dagen duren, omdat deze tijd minimaal nodig is om duidelijk effecten van de meditatie te kunnen ervaren. Er is een vast dagschema dat een evenwichtige verdeling van meditatie, theoretisch onderwijs en uren van rust biedt. Gedurende een cursus wordt er niet gesproken behoudens de gesprekken met de leraren. Het zogenaamde 'Edele Stilzwijgen' biedt de mogelijkheid om met weinig afleiding de meditatie-training te beoefenen.

De training volgt het Edele Achtvoudige Pad dat in feite uit drie onderdelen bestaat, namelijk moraliteit (sīla), concentratie (samādhi) en wijsheid of inzicht (pannā). Met het eerste onderdeel, moraliteit, legt de mediterende het fundament waarop wordt voortgebouwd. Het gaat hierbij om de ontwikkeling van zuiverheid in handelen en spreken, die erop is gericht zo weinig mogelijk schade of pijn te berokkenen aan medewezens, en die tevens de eigen meditatieve ontwikkeling bevordert. Tijdens een cursus houden de leerlingen zich ten alle tijde aan de vijf voorschriften die de Boeddha voor leken aanbevolen heeft: het zich onthouden van doden, stelen, seksueel wangedrag, liegen en het gebruik van verdovende of bedwelmende middelen. Met de moraliteit als basis wordt oefening in concentratie (samādhi) onderwezen. De Boeddha heeft steeds beklemtoond dat niets zo moeilijk te beheersen is als de eigen geest en hij heeft een groot aantal technieken voor de ontwikkeling van concentratie aangegeven. Sayagyi ondervond dat voor leken de techniek die is gebaseerd op het aandachtig waarnemen van de ademhaling (ānāpānasati), het meest effectief is. Gedurende de eerste vier dagen van een cursus leren de studenten daarom hun geest te kalmeren en te concentreren door de aandacht te richten op de in- en uitademing. Doordat er tijdens een cursus een sfeer heerst die zo weinig mogelijk afleiding veroorzaakt, en er daarbij een grote regelmaat in de oefening is, leren de studenten al snel het belang van een rustige, evenwichtige en geconcentreerde geest ervaren. Op de derde dag is er meestal een vrij hoge mate van samādhi bereikt.

Dan wordt overgegaan naar het derde onderdeel van de training: de ontwikkeling van inzicht of wijsheid (pannā) door middel van vipassanā-meditatie. In de traditie van Sayagyi U Ba Khin wordt een techniek gebruikt waarbij de mediterende systematisch zijn aandacht door het lichaam beweegt, en daarbij voortdurend de fysieke gewaarwordingen observeert die zich in het lichaam voordoen. In de Satipatthāna Sutta, die de basis vormt voor vipassanā- of inzichtsmeditatie, verklaart de Boeddha dat door een zo continu mogelijke observatie van lichaam en

geest geleidelijk inzicht ontstaat in de drievoudige karakteristiek van alle geconditioneerde fenomenen, namelijk anicca (onbestendigheid), dukkha (onbevredigdheid) en anatta (het ontbreken van een duurzaam 'zelf'). Dit op eigen ervaring gebaseerde inzicht in de werkelijkheid van geest en lichaam voert tot een steeds grotere gelijkmoedigheid aangaande al de lichamelijke en geestelijke verschijnselen en uiteindelijk tot de toestand van volledige deconditionering die nibbāna wordt genoemd. Westerse studenten bleven later deze naam gebruiken. Toen Sayagyi in 1971 stierf, zette zij met haar man en enkele andere door Sayagyi aangewezen leraren het werk in het Centrum voort. Op verzoek van de vele Westerse studenten reisden Sayama en Saya U Chit Tin in 1978 naar Engeland, waar in 1979 te Heddington een tweede 'International Meditation Centre' werd opgericht.

Heddington is een rustig dorp in Wiltshire, waar het Centrum is gevestigd in een achttiende-eeuws landhuis, Platts House genaamd. Sedert de oprichting wordt er het hele jaar door onderwijs in meditatie gegeven. Vanuit Splatts House ondernemen Sayama en Saya U Chit Tin reizen naar al die landen waar zij worden gevraagd om meditatie-cursussen te geven. In vele landen zijn groeperingen ontstaan die de organisatie van dergelijke cursussen op zich nemen. Een nieuw permanent centrum werd in het afgelopen voorjaar te Perth (Australië) gevestigd en enkele maanden per jaar zal Sayama daar verblijven. Er zijn plannen voor een vergelijkbaar centrum in de Verenigde Staten.

In de traditie van Sayagyi U Ba Khin staat het ervaren van anicca voorop, omdat - aldus Sayagyi - inzicht in anicca tegelijkertijd inzicht in dukkha en anatta verschaft. Het observeren van de onbestendigheid van de eigen geest is voor beginners in meditatie uiterst moeilijk, omdat er een zekere mate van ervaring nodig is om de eigen geestesprocessen onbewogen te kunnen waarnemen. Daarom legde Sayagyi grote nadruk op de ervaring van anicca door middel van de fysieke gewaarwordingen in het lichaam. Anicca wordt dan als het ware 'aan den lijve' ervaren. In een later stadium wordt ook de werking van de geest in de waarneming betrokken. De laatste zes dagen van een cursus zijn gewijd aan deze kalme observatie van de onbestendigheid in de lichamelijke en geestelijke ervaringen.

In Nederland worden de cursussen gegeven door Sayama en Saya U Chit Tin of door regionale leraren die door hen zijn opgeleid. De bijeenkomsten worden gehouden op het landgoed De Wychert nabij Nijmegen, dat rustig is gelegen in een fraaie bosomgeving. Er wordt geen honorarium gevraagd voor het onderwijs, maar deelnemers wordt verzocht *ƒ* 350,-- bij te dragen als vergoeding voor de maaltijden en de huisvesting gedurende tien dagen.

• • •

MEDITEREN OP SRI LANKA

door Eli Vroom

Ondanks de politieke strubbelingen is het nog zeer wel mogelijk om Sri Lanka te bezoeken en er zonder levensgevaar te verkeren.
De conflicten zijn beperkt tot een klein gedeelte van het eiland in het verre Noordoosten, daarbuiten zijn incidenteel aanslagen voorgekomen, maar ik vrees dat de situtie in Nederland, met meer dan duizend verkeersdoden per jaar, meer risico's voor ons lief lijf inhoudt. Dit even vooropgesteld.

Binnen de Theravada-traditie (die niet te vereenzelvigen is met het Hinayana) neemt Sri Lanka een belangrijke plaats in door de aanwezigheid en de studie van de oudste boeddhistische teksten, bekend als de Pali-canon, waarvoor ook Westerlingen terecht kunnen aan de verschillende universiteiten. Men is er van harte welkom, want het boeddhisme op Sri Lanka heeft in de laatste honderd jaar menigmaal een stimulerende invloed ondergaan van Europese en Amerikaanse zijde, financieel zowel als intellectueel. Een overtuigend blijk daarvan in onze dagen is bijvoorbeeld de Buddhist Publication Society in Kandy, waarvan de publicaties naar meer dan zestig landen worden verzonden en in welk fonds veel geestesproducten zijn opgenomen van Westerlingen die op Sri Lanka hebben geleefd of er nog leven. Met als nestor de nu meer dan tachtigjarige Duitse erudiet, monnik, en ''director of the board'' van voornoemde uitgeverij, de eerwaarde Nyanaponika. (Als in de B.P.S.-publicaties de auteursnaam begint met Nyana - steekt daar een Westerling achter, bijv. Nyanamoli, Nyanavira, Nyanananda, ook als Nana - gespeld).

Buiten de universiteiten wordt het Pali uiteraard onderwezen aan de pirivena's (monniksscholen), maar voor Westerlingen zijn de mogelijkheden voor dhammastudie beperkt als je geen monnik of non bent of wilt worden. Van tijd tot tijd zijn er zesweekse cursussen in het Engels aan de Paramadhamma Oetitya Pirivena in Mount Lavinia en aan de Sangharama in Peradeniya bij Kandy. Informatie over mogelijkheden resp. bij Ven. Wipulasara, 70 Pirivena Rd, Mount Lavinia, tel. 01-714679, of bij Prof. Lily de Silva, c/o Peradeniya University, Kandy.

Op grond van de aanwezigheid van de Pali-teksten en een ononderbroken studie daarvan over een periode van meer dan tweeduizend jaar zou, zo wordt gezegd, meer dan waar ook ter wereld op Sri Lanka rechtzinnigheid in de leer zijn gewaarborgd. Wat hiervan ook zij, en welk belang men aan ''rechtzinnigheid'' wil toekennen, met de praktijk van de meditatie is het zo niet gesteld. In de centra zal men vergeefs zoeken naar een onvervalste Sri-lankaanse traditie, maar wat je wel tegenkomt

zijn uit Birma geïmporteerde technieken. Misschien dat in deze of gene geïsoleerde hermitage nog wat oud erfgoed te vinden is?

Desondanks zij er m.i. goede redenen om serieus de meditatiemogelijkheden van Sri Lanka te overwegen indien men zich hieraan een tijdlang wil wijden in de Theravada-ambiance. Het is nu eenmaal zo dat de Birmese autoriteiten aan buitenlanders stringente verblijfsbeperkingen opleggen en dat je dus altijd aangewezen bent op speciale kanalen als het om een periode van langer dan een week gaat. Thailand biedt meer mogelijkheden, maar het kan wel eens moeilijk zijn Engelstalige instructie en begeleiding te vinden. Op Sri Lanka kun je vrijwel overal met Engels terecht. Een visum voor de eerste maand wordt bij aankomst automatisch verstrekt; daarna wordt het vlot verlengd tot een duur van achtereenvolgens 3 en 6 maanden. Ook is wel van belang dat je desgewenst de drukkende hitte van het laagland kunt ontgaan door het heuvelland en laaggebergte in de omstreken van de oude, mooie koningsstad Kandy op te zoeken.

Dan nu enkele adressen, mij ter hand gesteld door de Nederlandse monnik Olande Ananda, die al acht jaar op Sri Lanka verblijft, vloeiend Singhalees spreekt en goed bekend is met de situatie.

Kanduboda

Doorlopende intensieve vipassana-meditatie volgens de techniek van de Birmees Mahasi Sayadaw. Geen groepszittingen, wel individuele begeleiding indien gewenst. Tijden: van 3 uur 's morgens (evt. 4 uur) tot 10 uur 's avonds (evt. 9 uur). Zowel voor mannen als vrouwen, in gescheiden afdelingen. De huisregels zijn vrij streng, vooral wat stilzwijgen aangaat; de voeding en huisvesting zijn sober, maar voldoende. Het is het grootste centrum voor Westerlingen, ten zuiden van Colombo in het laagland gelegen.

Nilambe

Doorlopende meditatie met groepszittingen, dhamma-leringen en af en toe een cursus door een bezoekende leraar. Geen voorgeschreven techniek. Individuele begeleiding, indien gewenst, door de meditatiemeester Godwin Samararatne, die echter niet altijd aanwezig is. Op het terrein woont ook de Nederlander en ex-monnik Henri van Zeyst, een op Sri Lanka vrij bekende figuur door zijn vele boeddhistische publicaties. Af en toe houdt hij nog een voordracht in de meditatiehal. Tijden: van 04.45 uur tot 9 uur 's avonds. Zowel voor mannen als vrouwen.
Het centrum ligt op drie kwartier van Kandy (bij Galaha). Hoog in de heuvels, dus minder warm dan Kanduboda.

Parappuduwa-Island

Alleen voor vrouwen. In een meertje gelegen, in het zuiden van Sri Lanka, te Dodanduwa. Men dient tevoren een schriftelijk verzoek in te

dienen bij de nonnen (geleid door zuster Khema) en hun voorkeur gaat uit naar vrouwen die een jaar willen blijven, althans voor langere duur. Voor brochure en nieuwsbrief schrijve men naar:
Sister Ayya Khema, Parappuduwa Nuns Island, Dodanduwa,
Sri Lanka.

Kottowa Nagaranya
Paradijselijk gelegen tegen de jungle. Een tiental losse huisjes (kuti's), tempeltje en stupa op dichtbegroeid terrein. Alleen voor mannen. Leiding in handen van bovengenoemde monnik die vermoedelijk vanaf december weer aanwezig zal zijn. Adres: Ven. Olande Ananda, Kottawa Nagaranya, via Kottowagama.

Moratuwe (Colombo)
Vipassana-centrum o.l.v. Ven. K. Kondañña. Voor mannen en vrouwen. Streng regime. De mediterende leken nemen deel aan de bedeltochten om voedsel. Moratuwe is een drukke voorstad van Colombo.

Bandarawelle
Te Kolatenne. Alleen voor mannen. Gevolgd wordt de Goënka-methode van de Birmees U Ba Chin. Er wordt begeleiding gegeven en er zijn enkele Westerse monniken aanwezig.

Mitrigala
Alleen voor mannen. Engels- en Duitstalig. Leiding is in handen van Ven. Dhamma Nissante. Voor verdere informatie wende men zich tot German Dharmadhatu Society, Baudoloka Mawatha, Colombo 7.

Dit zijn wel de voornaamste. In het algemeen houdt men zich aan de gewoonte om geen maaltijd meer te verstrekken na 12 uur. Sommige centra vragen een gering bedrag (f. 4,-- en f. 5,-- per dag) voor logies, instructie enz., andere laten het van de goedgeefsheid van de bezoeker afhangen. In het algemeen is het het handigste om pas op Sri Lanka via de Buddhist Information in Colombo of de Buddhist Publication Society Kandy de uiteindelijke keus te bepalen; alleen voor Parappuduwa *moet* men de aangewezen schriftelijke weg bewandelen.



NIEUWE CURSUSSEN
BOEDDHISTISCH LEERHUIS

Het Boeddhistisch Leerhuis onder auspiciën van de Stichting Vrienden van het Boeddhisme biedt een plaats voor onderwijs in de leer en achtergrond van het boeddhisme. Het beoogt een spiritueel en wetenschappelijk verantwoorde benadering van het boeddhisme, zoals het zich in de loop van de geschiedenis in verschillende culturen heeft ontwikkeld. Langs de weg van meditatie en studie wordt een antwoord gezocht op de vraag hoe de praktijk van het boeddhisme gestalte kan krijgen en wat de Dharma (de Leer) kan betekenen voor individueel en sociaal welzijn.

A. Inleiding in het Boeddhisme

Dit seminar bestaat uit vier onderdelen:

1. Theorie en praktijk van de boeddhistische meditatie. Boeddhisme als meditatie-cultuur. De veertig werkplaatsen van meditatie. De betekenis en functie van aandacht. Zazen als de centrale oefening. De meditatie-weg: voorwaarden, motieven, problemen. Docent: N. Tydeman.

2. Geschiedenis van het ontstaan en de vroegste ontwikkelingen van het boeddhisme. De Indiase achtergrond (cultuur, religie, wijsgerige stromingen). Een biografie van de Boeddha. De eerste gemeenschap van monniken (sangha). Over de vorming van verschillende scholen en het vastleggen van de canon (de officiële geschriften). Docent: Drs. P. van der Beek.

3. Uitleg van de Dharma (de Leer). De boeddhistische analyse van de problemen van leven en dood en de weg van bevrijding die de Boeddha wees. Aan de orde komen de belangrijkste basisgedachten: de vier edele waarheden, het achtvoudige pad, de keten van voorwaardelijkheid, karma, nirwana. Docent: Dr. T. Kurpershoek-Scherft.

4. Varia: bespreking van een literatuurlijst, het bekijken van videobanden over de verschillende boeddhistische landen in Oost-Azië. Boeddhistische kunst. De actualiteit van het boeddhisme. Docenten: Drs. E. Kurpershoek en N. Tydeman.

Data: zaterdag 26 september, 10 oktober, 24 oktober, 7 november en 21 november. Elke cursusdag begint om 11.00 uur en eindigt om 17.30 uur.

B. Mahayana Boeddhisme in klassiek en modern perspektief.

Het Mahayana verbreedt de individuele bevrijdingsweg tot universeel verlossingswerk. Onder het licht van wijsheid en mededogen stelt het Mahayana-pad de inzet aan de orde inzake de problemen van mens en wereld.

Dit seminar bestaat uit vier onderdelen:

1. Meditatie als Mahayana-praktijk. Docent: N. Tydeman.

2. Hoofdgedachten van het Mahayana: de werkelijkheid als Leegte (openheid, sunyata), het bewustzijn en zijn verschillende niveau's, de centrale leer van de boeddha-natuur, een inleiding in het Reine-Land-boeddhisme (China en Japan) en het Vajrayana (Tibet). Docent: prof. dr. R.H.C. Janssen.

3. Mahayana in de 20e eeuw. Aandacht voor de Kyoto-school voor wijsbegeerte, waar hedendaagse Japanse boeddhisten (Reine-Land- en Zen-boeddhisten) in samenspraak met westerse wijsgerige en theologische stromingen het boeddhisme opnieuw doordenken. Het gesprek met o.a. existentialisme, marxisme en het christendom. Aandacht ook voor de ontwikkelingen en gevolgen van wetenschap en technologie.
De vraag naar een 'geëngageerd boeddhisme'. Docent: N. Tydeman.

4. Varia: overzicht van de Mahayana sutra's, bespreking van een literatuurlijst, bekijken van een videoband, boeddhistische kunst, (het bodhisattva-beeld). Docenten: prof.dr. R.H.C. Janssen, drs. E. Kurpershoek, N. Tydeman.

Data: zaterdag 3 oktober, 31 oktober, 14 november, 28 november, 12 december. Elke cursusdag begint om 11.00 uur en eindigt om 17.30 uur.

• • •



REGIONALE KRINGEN SLAAN AAN

De belangstelling om regionale kringen van geïnteresseerden in het boeddhisme te vormen, blijkt aanzienlijk te zijn. De secretaris van de Stichting Vrienden van het Boeddhisme, ing. W.J. Roscam Abbing, heeft na een mededeling over de kringen in het vorige nummer van Saddharma een aantal verzoeken om bemiddeling voor het opzetten van een regionale kring ontvangen.

Het gaat vaak om mensen die zich (nog) niet tot een bepaalde traditie of meditatie-methode willen beperken. Men voelt de behoefte tot gedachtenwisseling over aspecten van het boeddhisme of tot gezamenlijke bestudering van teksten.

Wie belangstelling voor een regionale kring heeft, gelieve zich schriftelijk tot de heer Roscam Abbing te wenden.
Zijn adres is: Eperweg 49-18, 8072 DA Nunspeet.



MAITREYA INSTITUUT NAAR DE VELUWE

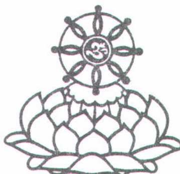
Het Maitreya Instituut is een nieuwe levensfase ingegaan: eind augustus is het instituut verhuisd van Maasbommel naar Emst, een tiental kilometers ten noorden van Apeldoorn.

Jan-Paul Kool van het Maitreya Instituut: ''De accommodatie is er veel ruimer. In Maasbommel hadden we ongeveer 30 slaapplaatsen, in Emst 80''.

De nieuwe behuizing is een voormalige jeugdherberg met een aparte beheerderderswoning op vijf hectare grond. Jan-Paul Kool verwacht dat de activiteiten van het instituut nog zullen toenemen nu er ruimtelijk meer armslag is. Bovendien is Emst voor veel mensen gemakkelijker bereikbaar dan Maasbommel.

Het nieuwe adres is: Heemhoeveweg 2, 8166 HA Emst,
tel. 05787-1450.





Vipassana

De Sayagyi U Ba Khin Stichting geeft van 18-28 september een vipassana-meditatiecursus. Leraar: Mother Sayama, met assistentie van Peter Moll. De cursus wordt gegeven op kasteel De Wychert, Oude Kleefsebaan 119, Berg en Dal (bij Nijmegen).
Kosten: f. 350,--. Inlichtingen: Oude Gracht 124, 3511 AW Utrecht, tel. 030-311 445.

Dharma Studiegroep Leiden

Op 29 september begint een inleidende cursus, getiteld "De boeddhistische tradititie". De cursus gaat over de boeddhistische leer, meditatie-boefening en de benadering van het dagelijkse leven. Zij bestaat uit 4 bijeenkomsten en omvat lezingen, meditatie-instructie en begeleiding, gegeven door daartoe opgeleide studenten van de Vidyadhara Chögyam Trungpa Rinpoche. Kosten f. 40,--.
Tijd: de vier dinsdagavonden 29 sept., 13 en 27 okt. en 10 nov., van 20.00 uur tot 22.00 uur. I.v.m. beperkte plaatsruimte graag opgave vooraf.

De Dharma Studiegroep Leiden houdt elke donderdag van de maand zitmeditatie van 20.00 tot 22.00 uur in het meditatie- en studiecentrum in Oegstgeest. Het centrum maakt deel uit van een overkoepelende organisatie onder leiding van de Vidyadhara Chögyam Trungpa Rinpoche. Inl. Hofdijck 13, 2314 NA Oegstgeest, tel. 017-177446.

Dharma Studiegroep Utrecht

Op 6, 7 en 8 november wordt in Utrecht een Intensief Meditatie- en Studie-programma geboden met als titel De Twee Sluiers. Dit programma is bedoeld voor wie intensief kennis wil maken met de boeddhistische traditie en voor mensen die al langer meditatie beoefenen. Dit weekend, dat lezingen, zitmeditatie en meditatie-instructie omvat, wordt geleid door dr. Han F. de Wit. Aanvang op vrijdagavond 6 nov. om 20.00 uur; einde zondagavond 20.00 uur.
Kosten, inclusief maaltijden, f. 110,--. Eerste lezing gratis.

Voor inlichtingen over andere programma's en opgave: Dharma studiegroep Utrecht, Gruttersdijk 52bis, 3514 GJ Utrecht, tel. 030-316996/710189.

Dharmadhuta

In de Dharmadhuta Amsterdam, een meditatiecentrum dat werd gesticht door Chögyam Trungpa, is gelegenheid tot het beoefenen van zitmeditatie op elke maandag, dinsdag en donderdag van 17.30 tot 19.00 uur, op woensdag van 19.00 tot 22.00 uur en op zondag van 9.00 tot

12.00 uur. Elke eerste zondag van de maand kan er van 9.00 tot 21.30 uur worden gemediteerd.

Op zes dinsdagavonden, te beginnen op 15 september, wordt er een cursus 'Omgaan met emoties' gegeven.

Voorts wordt er een 'Transcript cursus' gegeven van zes avonden. De leringen van het Hinayana en Mahayana zullen uitgebreid worden bestudeerd op basis van 'transcripts' van studiebijeenkomsten die de afgelopen jaren zijn gehouden onder auspiciën van Chögyam Trungpa. De eerste bijeenkomst wordt gehouden op zondag 1 november.

Een intensief meditatie-, studie- en traningsweekeinde, Kasung ITS, wordt gehouden op 9-11 oktober.

Op 11-13 december wordt een dergelijk weekeinde gehouden onder leiding van Francisco Varela, een vooraanstaand wetenschapper en student van Chögyam Trungpa. Het weekeinde heeft als thema 'Op zoek naar het wezen van de menselijke geest'.

Inlichtingen, ook over andere trainingsbijeenkomsten: Dharmadhatu, 1e Jacob van Campenstraat 4, 1072 BE Amsterdam, tel. 020-794753.

FWBON

De Friends of the Western Buddhist Order Nederland geeft een cursus 'Meditatie en boeddhisme', geleid door Vajragita.
De cursus is toegespitst op het Edele achtvoudige pad.
De bijeenkomsten zijn op vijf dinsdagavonden van 6 oktober tot 3 november, Molenstraat 2, Utrecht. Inl.: Vajragita, tel. 030-620268, Margje Perla, tel. 035-40963, of Anneke Smelik, 030-717801.

Tiltenberg

Intensieve zen-training voor degenen die vertrouwd zijn met zen wordt gehouden op 5-15 november onder leiding van Prabhaśadarma Gesshin Myoko Roshi en op 6-13 december o.l.v. Dennis Genpo Merzel Sensei.

Een weekend ter voorbereiding van deze sesshin wordt gehouden op 9-11 oktober.

Inl.: De Tiltenberg, Zilkerduinweg 375, 2114 AM Vogelenzang, tel. 02520-17044.

Maitreya Instituut

In de nieuwe behuizing van het Maitreya Instituut in Emst wordt dit najaar al een een reeks bijeenkomsten gehouden.

- 9 t/m 11 oktober: Lo Djong, gedachtentraining, door Geshe Konchog Lhundup. Nederlandse vertaling: Gelong Thubten Tsépèl.
De nadruk ligt op manieren van denken die ongunstige omstandigheden veranderen in hulpmiddelen voor geestelijke groei.

- 16 t/m 18 oktober: The five aggregates and I, door dr. Alex Berzin. In

de Engelse taal. Hoe functioneert een persoon naar lichaam en geest? Aandacht voor het valse Ik-beeld.

- 6 t/m 8 november: Ngön Dro, de voorbereidende oefeningen voor Tantra, door Geshe Konchog Lhundup. Ned. vertaling: Gelong Thubten Tsépèl. Negen oefeningen ter voorbereiding van de tantrische beoefeningen.

- 20 t/m 22 november: Op weg naar heelwording, door Gerda van Wingerden en Margot Kool. Een weekend vol beweging en kleur, innerlijke verstilling en rust. Hoe kijk je naar vergankelijkheid, leven en dood, reïncarnatie, emoties? Gerda van Wingerden, geschoold in het Tibetaanse boeddhisme, is vooral bezig met Gestalt-therapie, lichaamswerk, muziek en dans.

- 27 t/m 29 november: Religion and science, door Gonsar Rinpoche. In de Engelse taal. Wat zijn de overeenkomsten tussen de inzichten van moderne wetenschappers en oosterse mystici en yogi's?

- 11 t/m 13 december: Dood, bardo en wedergeboorte, door Geshe Konchog Lhundup. Ned. vertaling: Gelong Thubten Tsépèl. Behandeling van een boeddhistische tekst die velen een inzicht in het proces van leven en dood heeft verschaft.

Geshe Konchog Lhundup

De Tibetaanse leraar Geshe Konchog Lhundup houdt geregeld lezingen in een aantal plaatsen in ons land. Hieronder een overzicht.

Lotus, Prins Willemstraat 23, Den Haag, tel. 070-550 558.
Serlingpa, Postelarenweg 11, Mol, België, tel. 014-312 540.
De Stroom, Enschotsestraat 250, Tilburg, tel. 013-421 720.
Döphan Ling, Kloostertuin 23, Molenhoek, tel. 080-584 109.
De Kosmos, Prins Hendrikkade 142, tel. 020-267 477.

Tibetaanse taal

In het Maitreya Instituut in Emst worden twee weekeinden gehouden, waarin wordt getracht de deelnemers een begin te laten maken met het spreken en verstaan van de Tibetaanse taal.
Deze cursus Tibetaanse spreektaal wordt gegeven door Gelong Tenzin Lama en Gelong Thubten Tsépèl van 23 t/m 25 oktober en van 13 t/m 15 november. Inl.: Maitreya Instituut, tel. 05787-1450.



GEVRAAGD: OUDE NUMMERS VAN SADDHARMA

Een der donateurs van de Stichting Vrienden van het Boeddhisme is op zoek naar de nummers 1 en 4 van jaargang 15 (resp. juni 1982 en april 1983) van Saddharma. Ook is hij geïnteresseerd in oude jaargangen, van het begin tot en met ongeveer 1982. Wie kan hem eraan helpen?

Gaarne bericht aan: Victor J. van Gemert, Oude Postweg 4, 7495 SC Ambt Delden, tel. 05470-71310.





De Boeddha-figuur op het omslag van Saddharma stelt Amida voor, de Boeddha van het Oneindige licht, gezeten in de handhouding van meditatie. Het achttiende-eeuwse Japanse beeld bevindt zich in het Rijksmuseum voor Volkenkunde te Leiden.
Foto Else Madelon Hooykaas.

